



RECONOCER LOGROS CULTIVA LA CONFIANZA

Clave para fortalecer la paz interna y externa.

FEBRERO 2025

Punto clave



Ser un "Artesano de la Paz" no solo se trata de prevenir y resolver conflictos, sino también de reconocer y celebrar los logros, por pequeños que sean, que construyen una familia y una comunidad más fraternal.

¿Qué significa construir confianza y autoestima celebrando logros significativos?

Celebrar el esfuerzo, no solo el resultado, permite que cada miembro se sienta valorado y motivado a seguir creciendo.

Ir más allá de las obligaciones y celebrar los logros significativos, en estas responsabilidades cotidianas, tanto grandes como pequeños.

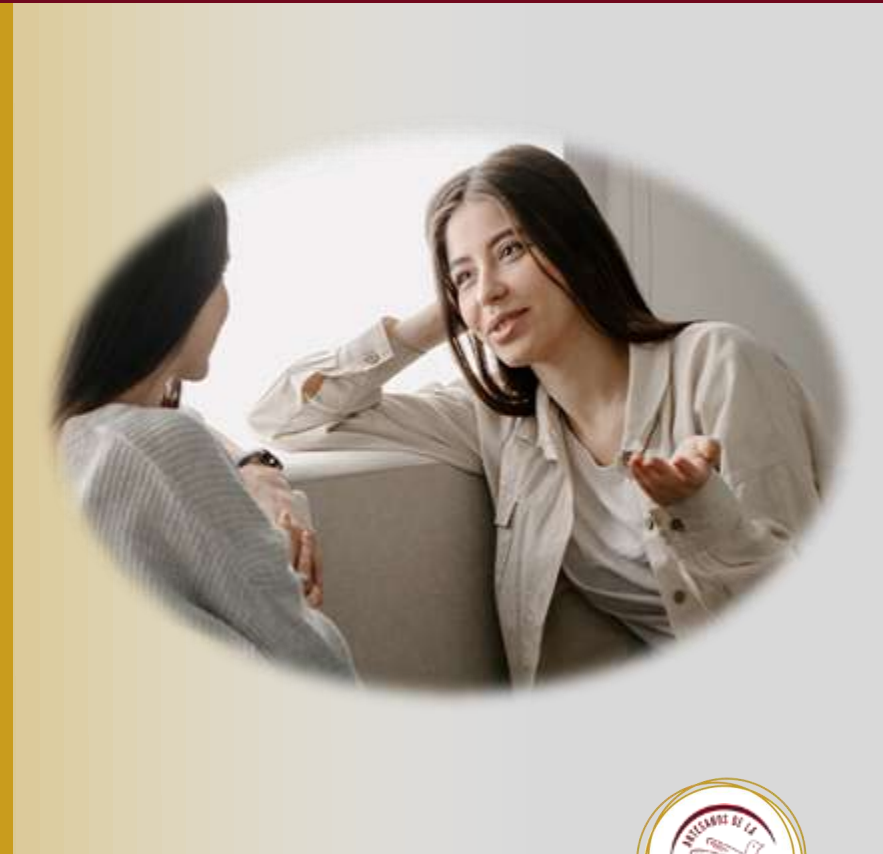
- ❖ **Construir confianza:** Desarrollar una relación sólida basada en la apertura y el respeto mutuo, tanto con uno mismo como con los demás.
- ❖ **Construir autoestima:** Fomentar el aprecio por uno mismo, valorando capacidades, esfuerzos y logros.



¿Para qué hacerlo?

Escuchar de manera activa y atenta no solo implica oír, sino entender y reflexionar sobre lo que la otra persona está comunicando, ya sea con sus palabras o con su actitud.

- **Motiva el esfuerzo continuo:** Refuerza la idea de que los esfuerzos valen la pena, incentivando a seguir trabajando y mejorando.
- **Ambiente positivo y de apoyo:** Fomenta la colaboración, el trabajo en equipo y el reconocimiento mutuo.
- **Construye paz:** Enfocarse en los logros en lugar de en las fallas, promueve una cultura de armonía.



EN FAMILIA

Celebrar los logros diarios y crear un ambiente de apoyo, reconociendo tanto esfuerzos como resultados.

- **Ambiente de apoyo y refuerzo positivo:** Fomentar un ambiente donde cada miembro de la familia se sienta apoyado y animado a seguir adelante.
- **Establecer metas familiares:** Actividades y metas comunes y, una vez alcanzadas, celebrarlas juntos.



EN LA COMUNIDAD

Fomentar el reconocimiento colectivo,
creando espacios para celebrar
los logros y esfuerzos de todos

- **Crear espacios para el reconocimiento:**

Tener un "panel de logros" o un mural donde se vayan colocando las metas alcanzadas.

- **Fomentar el reconocimiento**

Durante una reunión comunitaria, los miembros comparten algo positivo que hayan visto o experimentado respecto a otro miembro de la comunidad.



EN LO PERSONAL

Ser transparente y honesto: La confianza se basa en la honestidad; hablar abiertamente y ser sincero fortalece las relaciones.

Cumplir los compromisos: Ser responsable y cumplir con lo prometido es fundamental para ganar confianza.

- **Escuchar activamente:** Mostrar interés genuino, empatía, por lo que los demás dicen.
- **Mostrar vulnerabilidad:** Ser abierto sobre las propias inseguridades y errores crea conexiones de apoyo.
- **Comunicación asertiva:** Evitar reacciones impulsivas o descalificaciones. Cuando se reciba un reclamo, responde con calma y disposición para encontrar soluciones.



Desafíos a superar

Comparaciones destructivas: Generan celos y resentimiento. Fomentar el reconocimiento individual y el esfuerzo personal, sin compararlo con otros.



Falta de confianza o miedo al rechazo: Algunos pueden sentirse inseguros o temerosos de celebrar sus logros, por lo que es importante crear un entorno de confianza y apoyo, donde los logros sean celebrados sin juzgar ni criticar.

Falta de tiempo para celebrar: Establecer momentos regulares para el reconocimiento y la celebración, aunque sean pequeños.

CONCLUSIÓN

Celebrar los logros significativos, tanto personales como colectivos, es una poderosa herramienta para construir confianza y autoestima en la familia y en la comunidad.

Fomenta una cultura de apoyo mutuo, refuerza el sentido de pertenencia, crea un ambiente propicio para la paz y se cultiva una comunidad más unida y positiva.

Un artesano de la paz inspira a otros a seguir el camino de la fraternidad, el reconocimiento, la reconciliación y el respeto mutuo.

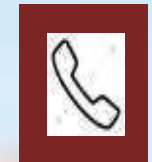
¡Todos podemos ser parte del cambio hacia una convivencia familiar más sana y pacífica!





¡CONÓCENOS!

WWW.CEFASM.X.ORG

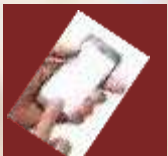


¡COMÚNICATE!

52 + 8183680037



info@cefasmx.org



56255-17212 (WhatsApp CEFAS)



¡SÍGUENOS!



cefascomunidades



**B. San Patricio #111 E-5
Valle Oriente,
San Pedro Garza García, N.L.
C.P. 66260**

¡Será un gusto apoyarte!